Nr. 35. Toruń, 29 sierpnia 1928 Rok II.

SIŁA I ZDROWIE

Dodatek tygodniowy „Słowa Pomorskiego"

Nasi na IX. Olimpjadzie.

Sukcesy Polaków w oświetleniu prezesa Polskiego Komitetu Olimpijskiego.

Po powrocie z Amsterdamu, kierownik polskiej ekspedycji olimpijskiej i prezes polskiego komitetu olimpijskiego p. inż. Znajdowski, udzielił przedstawicielowi PAT. rozmowy, na temat udziału Polski w igrzyskach amsterdamskich.

Na wstępie p. inż. Znajdowski zaznaczył, że w porównaniu z igrzyskami paryskiemi w roku 1924, ekspedycja polska do Amsterdamu była dobrze przygotowana, a pomoc finansowa ze strony Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego nie poszła na marne. Sprawa mieszkaniowa była rozwiązana doskonale a locum, jakie posiadali nasi olimpijczycy było wprost idealne. Chyba jedynie Amerykanie byli tak zakwaterowani jak Polacy. Przyjęcie, jakiego polscy olimpijczycy doznali ze strony komitetu polsko-holenderskiego w Amsterdamie, na czele którego stał konsul honorowy polski Buckman, było wprost bajeczne.

Co się tyczy wyników, uzyskanych przez polskich zawodników, to — jak zaznaczył inż. Znajdowski — są one, jak na stosunki polskie, wręcz doskonałe. Uzyskane przez nas 12 punktów świadczą wymownie, że sport polski poszedł o duży krok naprzód. Sukcesy nasze mają nieocenione znaczenie propagandowe a nazwiska Konopackiej, Wierzyńskiego, kawalerzystów, szermierzy i wioślarzy złotemi głoskami zostały zapisane w dziejach polskiego sportu. Zdobyliśmy sobie na arenie zagranicznej szacunek i uznanie i każdy obecnie wie, że i Polska ma coś w sporcie do powiedzenia.

Na zakończenie p. inż. Znajdowski oświadczył, że badania lekarskie zawodników polskich wykazały iż trening przedolimpijski prowadzony był dobrze. Był on jednak za krótki. Jest to doskonała nauka dla nas na przyszłość, toteż dążeniem naczelnej magistratury sportowej w Polsce Związku Polskich Związków Sportowych i polskiego komitetu olimpijskiego winno być rozpoczęcie od zaraz planowej i systematycznej pracy oraz rozłożenie jej odpowiednio na okres 4-let. Wysiłki braci sportowej nie wiele jednak pomogą. Każdy winien rzucić trochę grosza, aby zasilić skromny fundusz olimpijski. Przy takiem postawieniu sprawy — zakończył prezes Znajdowski — możemy być spokojni o wyniki naszych zawodników na przyszłość w igrzyskach olimpijskich w r. 1932 w Los Angelos.

Smutne echa krwawego meczu w Poznaniu.

List otwarty TKS-u.

Ponieważ recenzenci z Poznania podali do prasy polskiej tak codziennej jak i sportowej opis przebiegu zawodów pomiędzy Wartą i T. K. S. niezgodny z rzeczywistością, zamilczając brutalne zachowanie się graczy Warty, jak również i publiczności, krzywdząc tem naszą drużynę, podajemy niniejszem, że na skutek brutalnej a nieposkromionej przez sędziego gry Warty, czterech naszych graczy zostało w drugiej połowie poważnie kontuzjowanych, wskutek czego drużyna nasza zmuszona była grać w drugiej połowie zdekompletowana. Że sędzia p. Laband samowolnie przedłużył grę o 13 minut., w którym to czasie podyktował przeciwko nam rzut karny, pod presją publiczności, która wtargnęła na boisko i podczas wykonywania rzutu karnego na boisku jeszcze pozostawała. Że rzut karny podyktował przeciwko nam sędzia p. Laband po sfoulowaniu przez gracza Warty Śmiglaka naszego obrońcę J. Cieszyńskiego, którego nieprzytomnego zniesiono z boiska. Że podczas zawodów publiczność podburzana przez członków Warty lżyła ohydnemi przezwiskami graczy naszych a po zawodach pobiła wszystkich naszych graczy i nawet towarzyszące im żony laskami i kamieniami tak silnie, że obecnie pierwsza drużyna nasza jest zupełnie niezdolną do zawodów. Że motłoch, liczący kilkaset osób oblegał przez blisko dwie godziny graczy naszych w szatni, tak że mimo interwencji policji i wojska, dopiero pod osłoną ciemności pojedyńczo w przebraniu przez płoty uchodzić musieli. Że jednego z toruńczyków, który niósł nieprzytomnego Cieszyńskiego zaatakowano.

W związku z powyższemi smutnemi zajściami Klub nasz zażądał od Ligi przeprowadzenia surowego śledztwa i ukarania winnych a do czasu wydania przez Ligę zarządzeń, zabezpieczających w zupełności osobiste bezpieczeństwo przyjeżdżającej drużyny i następnie umożliwienie prowadzenia gry według przepisów wobec bezstronnego i rzeczowego sędziego, Klub nasz wstrzymuje się od dalszego udziału w rozgrywkach o Mistrzostwo Polski również i z tego powodu, ponieważ jako organizacja sportowa mająca za cel uprawianie i propagandę sportu, nie może być pod pretekstem rozgrywania zawodów o Mistrzostwo Polski mimowolnym uczestnikiem a tem bardziej ofiarą karczemnych burd i napaści, nie może zezwolić na bezkarne lżenie i bicie swych członków, jak również nie może narażać swych graczy na kalectwo.

Sprawą tą zajmie się Liga i sądzimy, że jak najenergiczniejszemi środkami wytępi tego rodzaju postępowanie gospodarzy, poniżające piękny sport piłki nożnej i odbierające mu wszystkie jego szlachetne cechy.

Toruński Klub Sportowy.

Rozwydrzenie publiczności.

To co działo się na meczu „Warta" — TKS. wcale nie jest wypadkiem odosobnionym. Oto 3 czerwca zawody „Cracovia" — „Wisła", prowadzone przez znakomitego sędziego, kpt. Barana, zostają zakłócone nieparlamentarnemi okrzykami fanatyków klubowych przeciwko sędziemu. Droblazg. — „Pogoń" — „I. F. C." we Lwowie. — Publiczność grozi pobiciem

sędziemu, dr Lustgartenowi, ponieważ „Pogoń" przegrała. 17. 6. „Pogoń" — „Warta". — Rozwydrzony tłum tak wył pod koniec zawodów, iż p. Relig dał się steroryzować do podyktowania rzutu karnego przeciw „Warcie", na szczęście niewykorzystanego 8. 7. „I. F. C." — „Cracovia" w Katowicach. Zawody kończą się ogólnem foulowaniem, grożeniem laskami, kamieniami itd. oraz zejściem Kałuży z boiska. 22. 7. „Pogoń" — „Turyści". Mimo zwycięstwa „Pogoni" kaleczy publiczność graczy „Turystów" kamieniami i grzmoci ich laskami przy zejściu do szatni. — A co byłoby, gdyby „Pogoń" przegrała? 5. 8. „Legja" — „I. F. C." w Warszawie. Ogólne polowanie na kości przeciwnika na boisku mimo bezustannego gwizdu sędziego, zaś rękoczyny i pyszne epitety na trybunach, a nawet w lożach. 12. 8. „I. F. C." — „Warta" w Katowicach. Wrzask i szowinizm nie znają granic, co odbija się tak na sędzim jak i na wyniku. 15. 8. „Ł. K. S." — „Wisła" w Łodzi. Gdy sędzia dyktuje w 69 min. rzut karny przeciw „Ł. K. S." za wyraźny i brutalny foul bramkarza, wdziera się tłum na boisko i grozi sędziemu i graczom „Wisły" zlynczowaniem. Pod terrorem motłochu cofa sędzia swoją decyzję i prowadzi dalej zawody, których przerwanie groziłoby kalectwem tak dla niego jak i graczy krakowskich. — 15. 8. „Polonja" — „Hasmonea" w Warszawie. Przy stanie 4:0 dla „Polonji" nie ma „Hasmonea" nic do stracenia i czując poparcie 90 proc. publiczności (żydowskiej) za sobą, urządza mordownię, skutkiem czego 3 graczy żydowskich musi opuścić boisko z powodu... wykluczenia ich przez sędziego za brutalną grę. Komentarze zbyteczne. W ostatnią zaś niedzielę, 26 b. m. w Lipinach (na G. Śl.) podczas meczu (Pogoń—Śląsk) publiczność, wtargnąwszy na boisko, nie dała dokończyć meczu.

Zarządzenia Ligi.

Zarząd Ligi PZPN w ostatnim swym komunikacie pisze, co następuje:

W ostatnich czasach zawody piłkarskie rozgrywane są bardzo ostro a często niebezpiecznie, że zachodzi obawa, iż sport piłkarski przerodzi się w bój mający na celu utrącenie jaknajwiększej ilości przeciwników, aby tym sposobem osiągnąć zwycięstwo. Nie chcąc dopuścić do takiego spaczenia sportu, Wydział Gier i Dyscypliny przestrzega i prosi zarządy klubów o wpłynięcie na graczy, by zechcieli pozbyć się gry brutalnej. Wszelkie przekroczenia będą od tej pory jak najbezwzględniej karane. Poza tem Wydział G. i D. czuje się zmuszonym zwrócić uwagę klubom na coraz bardziej niemożliwy stosunek publiczności do sędziego i graczy. Obrzucanie sędziego i graczy przez publiczność ordynarnemi wyzwiskami jest na porządku dziennym a nawet zdarza się że gracze czynnie są przez publiczność znieważani. Wydział G. i D. zwraca więc uwagę, że gospodarz winien dać tak graczom jak i sędziemu pełną obronę osobistą, przyczem organizacja bezpieczeństwa polegać winna na: 1) umieszczeniu na afiszach ogłoszeń z prośbą o odpowiednie zachowanie się publiczności z zagrożeniem usunięcia z terenu, 2) wyznaczenie porządkowych którzyby czuwali nad zachowaniem się widzów, 3) zabezpieczenie placu przed wtargnięciem publiczności specjalnie zaś zabronienie aby ktokolwiek znajdował się pod bramkami. Towarzystwa nie stosujące się do powyższego będą pociągane do bezwzględnej odpowiedzialności aż do zawieszenia włącznie i zamknięcia boiska.

I-szy zlot harcerski na Wołyniu.

W dniach 31 sierpnia do 4 września, w czasie trwania Wystawy Wołyńskiej, odbędzie się w Łucku I-szy Zlot Harcerstwa Żeńskiego i Męskiego Wołynia.

Wzywamy młodzież harcerską, pochodzącą z Wołynia do przybycia na zlot, celem zawiązania bliższej łączności z harcerstwem kresowem.

Apelujemy do rodziców, opiekunów i społeczeństwa o poparcie pierwszego zlotu wołyńskiego.

Komenda Żeńskiej i Męskiej Chorągwi Wołyńskiej.

Imponująca manifestacja tężyzny fizyczn. na Kociewiu.

Ze święta P. W. i W. F. w Starogardzie.

(Specjalna korespondencja „Słowa Pomorskiego").

Już w sobotę 25 bm. o godzinie 20 rzęsiście iluminowany pochodniami pochód towarzystw P. W. i W. F. — urządził capstrzyk po ulicach miasta na czele z orkiestrą kochorowską i 65 pp. z Grudziądza. Capstrzyk zamknięto okrzykiem: „Najjaśniejsza Rzplita Polska w nienaruszonych granicach niech żyje!..."

W niedzielę rano już o 6-tej godzinie ruszyli zawodnicy do strzelnicy wojskowej na wielobój strzelecki. Miasto witało ich barwami narodowemi...

Wielobój strzelecki obejmował: strzelanie dla młodzieży 16—20 lat z karabinów wojsk. do tarczy 12-pierścieniowej z podparciem na odległość 150 mtr. 5 strzałów i 3 próbne — rozbieranie i składanie zamka kb. Mauzera wodel 98, — wkładanie i zdejmowanie maski gazowej, — rzut granatem 800 gr. na odległość. W wieloboju tym nagrody uzyskali:

R e z e r w i ś c i: 1) Osowski Franc., Starogard, 100 pkt., 2) Prabucki Wł., Zblewo, 95 pkt., 3) Tkaczyk Ign., Powst. i Woj. Kochorowo, 95 pkt.

P r z e d p o b o r o w i: 1) Gusowski M., Sokół Starogard, 98 pkt., 2) Kołodziejczyk B., Sokół Zblewo, 95 pkt., 3) Kołodziejczyk Aug., Sokół Zblewo, 93 punkty.

O godz. 9-ej odbyła się zbiórka wszystkich towarzystw ze sztandarami przed Sokolniczówką — skąd wyruszono z orkiestrą na nabożeństwo do kościoła parafjalnego. Kazanie okolicznościowe wygłosił ks. Ryczkowicz. O godzinie 11-ej odbyła się znowu zbiórka towarzystw na rynku — gdzie przemówił do 2 tysięcy uczestników oficer P. W. i W. F. p. mjr. Krywko ze Starogardu. Poczem odbyła się defilada, którą odebrali przedstawiciele: władz wojskowych p. płk. Świdziński, władz rządowych p. starosta dr. Chmielecki i p. prok. dr. Konieczny.

Następnie w pięcioboju wojskowym zdobyli nagrody:

1) Drews P. S. K. S. Starogard 72 pkt., 2) Nurek Wł. Sokół Starogard 66 pkt., 3) Nowiński Józef Kadra Półzawodowa P. W. 64 pkt.

W zawodach jednostkowych osiągnęli nagrody:

Bieg przez płotki 110 mtr.: 1) Machajewski P. S. K. S. Starogard 18,3, 2) Pawłowski Fr. S. K. S. Starogard 19,1.

Skok wzwyż: 1) Drews P. S. K. S. Starogard 1,50 mtr., 2) Pawłowski Fr. S. K. S. Starogard 1,52 mtr.

Rzut dyskiem: 1) Machajewski Paweł S. K. S. Starogard 31,71, 2) Pawłowski Fr. S. K. S. Starogard 27,56 mtr.

Skok wdal: 1) Pawłowski Fr. S. K. S. Starogard 6 mtr., 2) Michalski P. S. K. S. Starogard 5,80 mtr.

Rzut oszczepem: Ewa Włodzimierz S. K. S. Starogard 39,90, 2) Machajewski Paweł S. K. S. Starogard 34,95.

Pchnięcie kulą: 1) Machajewski P. S. K. S. Starogard 11,36, 2) Ewa Włodz. S. K. S. Starogard 10,73.

Skok o tyczce: 1) Wiśniewski Leon S. K. S. Starogard 2,90, 2) Bielecki Józef S. K. S. Starogard 2,50.

W wieloboju pań wyszły z pierwszemi nagrodami:

1) Ewówna Lili S. K. S. Starogard 86 pkt., 2. Gdańcowa Katarzyna S. K. S. Starogard 27 pkt., 3. Delaówna Gertruda S. K. S. Starogard 59 pkt..

W zawodach zbiorowych, obejmujących: w marszu zespołami (6 ludzi) 16 klm ze strzelaniem na odległość 266 mtr. (nagroda wędrowna):

1) Zespół Sokola Zblewo 1 godz., 2) Zespół I Harcerza Starogardzkiego 1 godz. 1 m. — W sztafecie 4×100 osiągnęli: 1) S. K. S. Starogard 50,7, 2) Sokół Starogard 52,00. — W sztafecie 4×400 zdobyli: 1) S. K. S. Starogard 4 min. 11 sek., 2) Sokół Starogard 4 min. 19 sek.

W biegu kolarskim uzyskali: 1) Kopa Kurt Koło Cykl. Starogard 0,30,20; 2) Florjan Frydryk Koło Cykl. Starogard 0,30,12; 3) Drążkowski Tadeusz Koło Cykl. Starogard 0,30,17.

Po ukończeniu zawodów rozległ się sygnał trąbki: „Zbiórka" — poczem nastąpiło rozdanie nagród i pochód na rynek — gdzie święto zakończono odegraniem hymnu narodowego. Wieczorem odbyła się w sali Sokolniczówki zabawa taneczna, trwająca aż do rana.

Kronika sportowa.

PIŁKA NOŻNA.

Legja-Turyści 4:1 (2:0) (Warszawa). Na boisku Legji rozegrany został mecz ligowy pomiędzy stołeczną Legją a łódzkim zespołem Turystów, który przyniósł zdecydowane zwycięstwo Legji w stosunku 4:1 (2:0). Drużyna warszawska grała w dobrej formie i przeważała niemal przez cały czas gry nad łodzianami, którzy zaprezentowali się słabiej niż zwykle, zwłaszcza w linji ataku. W Legji wszyscy chyba gracze stali na wysokości zadania. Wyróżniała się zwłaszcza linja ataku oraz obaj obrońcy (Ziemian i Martyna). W pierwszej połowie Legji zdobywa dwie bramki przez Wypijowskiego i Łańkę, a zaraz po przerwie pada trzecia bramka dla Legji, zdobyta przez Nawrota. Następuje krótki okres przewagi Turystów, którzy jedyny punkt zdobywają bezpośredni z kornera, bitego przez Michalskiego. Ostatnia bramka dla Legji pada z rzutu karnego, pewnie wykorzystanego przez Łańkę. Sędziował p. Nawrocki.

Warta—Hasmonea 3:1 (2:0). Lwów 26. 8. Mecz zakończył się zasłużonem zwycięstwem leadera Ligji dla którego bramki zdobyli Szerfke, Hochowicz i Spojda z kornego. Dla Hasmonei bramkę honorową uzyskał Krumholz. Sędzia p. Arczyński z Krakowa.

Cracovia—TKS. 3:0 (walkover). Kraków 26. 8. Drużyna TKS. nie przybyła na mecz na znak protestu przeciwko zajściom, jakie miały miejsce na meczu Warta—TKS w Poznaniu, podczas których 5 graczy TKS. zostało poturbowanych. (Piszemy o tem na innem miejscu).

Czarni—IFC 4:2 (1:2). Katowice 26. 8. Zasłużone zwycięstwo Czarnych, którzy grali doskonale i zyskali sobie kompletny aplauz u publiczności. Najlepszym na boisku był Nastula, który zdobył dwie bramki. Pozostałe dwie bramki strzelił Chmielowski, a dla IFC obie bramki strzelił Görlitz.

Pogoń—Śląsk 4:1 (3:1). Lipiny 26. 8. Mecz został przerwany na 8 min. przed końcem, gdyż jeden z graczy Śląska uderzył Garbienia z Pogoni, skutkiem czego wywiązała się awantura, publiczność wtargnęła na boisko i mecz został przerwany.

Tabela Ligowa przedstawia się następująco: 1) Warta 18 gier — 26 pkt. st. br. 38:23, 2) Cracovia 18 gier — 25 pkt. st. br. 38:23, 3) IFC 18 gier — 24 pkt. st. br. 47:32, 4) Wisła 16 gier — 23 pkt. st. br. 53:20, 5) Pogoń 18 gier — 22 pkt. st. br. 44:42, 6) Czarni 17 gier — 21 pkt. st. br. 35:31, 7) Legja 18 gier — 20 pkt. st. br. 42:39, 8) Polonia 17 gier — 20 pkt. st. br. 42:36 9) Warszawianka 17 gier — 17 pkt. st. br. 30:23, 10) Ruch 18 gier — 17 pkt. st. br. 25:30, 11) Turyści 19 gier — 15 pkt. st. br. 34:40, 12) Hasmonea 18 gier — 11 pkt., st. br. 34:43, 13) ŁKS 18 gier — 10 pkt. st. br. 38:60, 14) TKS 17 gier — 10 pkt. st. br. 26:42, 15) Śląsk 19 gier — 5 pkt. st. br. 17:60.

Przegrana Polonii w Łodzi. W niedzielę 26. b. m. warszawska Polonia rozegrała mecz towarzyski w Łodzi z tamtejszym ŁKS-em, przegrywając 1:2 (1:1). ŁKS grał bardzo dobrze i uzyskał dwie bramki przez Aldka; punkt dla Polonii zdobył Szczepaniak. Sędziował p. Izrael.

SPORTY WODNE.

Wpław przez Poznań. Poznań 26. 8. W niedzielę rozegrany został doroczny bieg pływacki „wpław przez Poznań" na przestrzeni 5 i pół klm. W kategorji mężczyzn zwyciężył Metler w czasie 1 godz. 1 min. 20 sek. przed Kiebenhagenem (Legja) i Panieckim (PTP), zaś w kategorji kobiecej wygrała Kreczmanówna (SV Poznań) przed Kaczmarkówną (Warta) i Plumelówną. W klasyfikacji drużynowej wygrała Legja przed Pozn. Tow. Pływackiem i Wartą. Zwycięski zespół otrzymał puhar ofiarowany przez redakcję „Ilustracji". Zawodom przyglądało się ok. 25 000 publiczności.

Wartość gimnastyki, lekkiej atletyki i gier sportowych.

Czem jest gimnastyka. — Znaczenie wychowawcze lekkiej atletyki i gier sportowych.

W zamęcie poczynań doby dzisiejszej dużo się słyszy, mówi i pisze o wychowaniu fizycznem. — Wprawdzie w ostatnich czasach zasada: „W zdrowem ciele — zdrowy duch" zyskuje coraz więcej zwolenników, lecz nie wszyscy zdają sobie sprawę, że istota ludzka w rzeczywistości stanowi jedną całość i że wychowanie fizyczne jest tylko jednym z najelementarniejszych działów wychowania ogólnego.

Po mrówczej pracy jednostek, a w ostatnich latach ciał zborowych praca w dziale wychowania fizycznego postępuje z dnia na dzień szybkiem tempem naprzód.

Mylne jest mniemanie, jakoby wychowanie fizyczne miało na względzie wyłącznie stronę fizyczną człowieka. Wychowanie fizyczne umiejętnie i fachowo prowadzone wyrabia silną wolę, ufność we własne siły, przytomność umysłu, odwagę itp. czyli, że ma na względzie wyrobienie i doskonalenie zalet duchowych człowieka.

Cele wychowania fizycznego są bardzo wzniosłe, a do tych celów prowadzą środki, z których omówić należałoby przedewszystkiem gimnastykę, lekką atletykę oraz gry sportowe.

Istotą ćwiczeń fizycznych jest ruch. Gimnastyka jest to szereg ćwiczeń, kształtujących ruch odpowiednio i systematycznie powodując przez to harmonijny rozwój narządów organizmu ludzkiego. Zestawienie poszczególnych ruchów (ćwiczeń) gimnast. musi być oparte o podstawy naukowe anatomji, fizjologji, higjeny i pedagogji, gdyż w przeciwnym ra-

się gimnastyka stać się może „bronią obosieczną". W lekcji gimnastyki winno być uwzględnione następstwo ćwiczeń oraz dobór tychże, dalej należy dostosować ćwiczenia do wieku, płci i rozwoju fizycznego ćwiczących. Oceniając gimnastykę ze stanowiska jej zewnętrznego wpływu na organizm ludzki już drogą obserwacji zauważymy, że wyrabia ona gibkość i zwinność, przez co i wygląd ciała zyskuje na piękności. Wogóle gibkość ciała jest niejako oznaką młodości i zdrowia, podczas gdy sztywność jest oznaką starości i niedołęstwa. Dzięki zwinności czyli zdolności szybkiego koordynowania poszczególnych ruchów pracują tylko te grupy mięśniowe, które powinny pracować i z takiem napięciem, jakie jest niezbędne do wykonania samej czynności. Łącznie z gibkością i zwinnością zyskuje organizm na sile, wytrwałości i wytrzymałości. Ruch harmonijnie rozwiniętego organizmu przez ćwiczenia fizyczne jest ruchem pięknym i zarazem ruchem ekonomicznym ponieważ biegnie po najkrótszej drodze i jest wykonany z zaoszczędzeniem sił.

Gimnastyka jest jednym z podstawowych środków wychowania fizycznego, którego pominąć nie wolno; gimnastyka jest niejako gramatyką wychowania fizycznego, ponieważ dokładnie przygotowuje do ćwiczeń, wymagających większych wysiłków organizmu, tj. do lekkiej atletyki i gier sportowych.

Obok zalet nie brak ćwiczeniom gimnastycznym i wad. Ponieważ ćwiczenia gimnastyczne odbywają się na basie i w nastroju zbliżonym do skupienia, dlatego ruchy krępowane rozkazami odbierają po części samodzielność i wrodzony u dziatwy wesoły nastrój oraz dają stosunkowo mało momentów walk. Chcąc wady te usunąć stosować należy w każdej akcji gimnastyki zabawy i gry ruchow, ćwiczenia w reagowaniu na znaki i walkę wręcz.

Wśród ćwiczeń fizycznych, których zadaniem jest odnowienie i wskrzeszenie sił narodu — lekka atletyka winna zajmować naczelne miejsce. Daje ona nietylko siłę i zdrowie ale i wzmacnia charakter i zaprawia do samodzielności. Lekka atletyka jest szkołą charakteru w całem tego słowa znaczeniu. Biorąc pod uwagę wartości zdrowotne lekkiej atletyki widzimy, że zarówno biegi, rzuty i skoki odbywają się na świeżem powietrzu. Organizm hartuje się, ponieważ przyzwyczaja się do zmian temperatury. Przez pracę wzmożoną organizmu, tkanki dostają większą ilość tlenu i pozbywają się zarazem nadmiaru kwasu węglowego. Najbardziej polecenia godny będzie leśny bieg naprzełaj, ze względu na higjeniczne warunki pracy. Skoki rozwijają mięśnie i stawy kończyn dolnych i tułowia oraz wyrabiają odwagę, przytomność umysłu itp. Resztę zalet natury zdrowotnej dopełniają rzuty, które ćwiczą przedewszystkiem mięśnie rąk i górnej części tułowia. Wielką zaletą ćwiczń lekko-atletycznych jest to, że rozwijają zarazem właściwości duchowe człowieka, ponieważ są prawdziwą szkołą woli. Chcąc odnieść zwycięstwo w lekkiej atletyce, trzeba przedewszystkiem chcieć i w tem właśnie leży decydująca rola woli. Wychowawcze znaczenie lekkiej atletyki polega na tem, że chcąc dojść do lepszych wyników w sporcie — lekko-atleta musi się wyrzec alkoholu, tytoniu oraz musi być wstrzemięźliwym pod względem płciowym. — Widzimy więc, że lekka-atletyka jest niejako moralną szkołą życia. Lekka atletyka wyrabia również poczucie piękna, a dowodem tego niechaj będzie emocjonujący skok o tyczce, lub stylowo wykonany rzut dyskiem.

W ostatnich czasach słyszy się ogólne narzekanie nat. zw. rekordomanję i nadmierną specjalizację w lek. atletyce. Tu czynnik emulacji sportowej musi być zachowany (oczywiście rzetelnej emulacji) i nie ze szkodą dla zdrowia. Zasadą sportu winien być rozwój wszechstronny organizmu człowieka a nie specjalizacja jednostronna. Zasada ta znalazła należyte oparcie i zrozumienie u narodów, przodujących w lekkiej atletyce, a mianowicie w Szwecji i Finlandji, gdzie rolę hamulca rekordomanji spełniają lekarze sportowi, fachowi trenerzy oraz państwowa odznaka sportowa. Toteż z wielkiem uznaniem należy powitać polską odznakę sportową, która daje gwarancję wszechstronności w sporcie. Lekka atletyka bez pierwiastka emulacji jest nie do pomyślenia i dlatego zawody lekko-atletyczne mają bezwarunkowo rację bytu z tem, że do zawodów dopuszczone będą jednostki dorosłe, silne i zdrowe o zdrowych płucach i sercu. Jakżeż grzeszą pod tym względem młodzi zawodnicy, którzy bardzo często bez badania lekarskiego są dopuszczani do takich konkurencyj w lekkiej atletyce, które nie odpowiadają płci, wiekowi i rozwojowi fizycznemu.

Gry ruchowe musimy rozpatrywać ze stanowiska fizjologicznego, higjenicznego i wychowawczego. Pod względem fizjologicznym chód i bieg w grach to dwa najbardziej wartościowe elementy, oddziaływujące na organa wewnętrzne, na oddychania, trawienie i krążenie. Są to typowe ćwiczenia narządów wewnętrzn., zawartych w jamie brzusznej i piersiowej, doskonałe ćwiczenia koordynacji nerwowej oraz ćwiczenia niektórych grup mięśniowych, zależnie od rodzaju gry. Oceniając gry ze stanowiska higjenicznego przyznać musimy, że gry są potężnym czynnikiem, wywabiającym młodzież pod gołe niebo, na łono natury. Wypadałoby w tem miejscu nadmienić, iż należy wszelkiemi siłami zwalczać uprawianie gier sportowych w ciasnych nieraz i niehigjenicznych salach gimnastycznych. Grzeszą pod tym względem dziś i Amerykanie, którzy dostosowali swoją koszykówkę i siatkówkę (pole gry) do wymiarów sali, gdzie spotykamy dużo amatorów (właściciele lokali publicznych), ciągnących zyski z wynajmu sali na matche„ gier. Z tą chwilą, kiedy gry przeniesiemy z boisk na sale, należy krzyżyk postawić nad tą tak ważną gałęzią wychowania fizycznego.

Gry ze stanowiska wychowawczego mają bardzo różne wartości wychowawcze, zależnie od tego, czy są grami o charakterze bojowym i rycerskim, jak np. palant, piłka nożna, „piłka nożna polska", poniekąd i koszykówka, czy też grami, które pierwiastka bojowego nie posiadają jak siatkówka, tennis itp. — Pierwsze z tych gier ćwiczą odwagę, napastliwość a więc współdziałają z walkami jak z szermierką, boksem i walką wręcz, drugie z tych gier żadnych wartości pod tym względem nie będą dawały. Każdy Anglik umie grać w tennisa, ale tylko dlatego, ażeby zagrać w niedzielę w towarzystwie kobiet. Mając na względzie wartości wychowawcze i społeczne gier sport., bezwarunkowo damy pierwszeństwo grom drużynowym. Gry drużynowe wyrabiają przedewszystkiem solidarność i współżycie towarzyskie, a solidarność jest bardzo ważnym czynnikiem wychowania narodowego naszej młodzieży. — Dziecko najtroskliwiej wychowane w domu rodzicielskim, potrzebuje jako uzupełnienia tego wychowania społecznego, jakie spotyka na ławie i boisku szkolnem. Współżycie towarzyskie w klasie nieco krępuje młodzież i jest nie wystarczające. — Życie drużyny grającej na boisku szkolnem daje dziecku pełnię życia towarzyskiego i społecznego.

J. Filsak.

Drukiem i nakładem Drukarni Toruńskiej T. A.
Za redakcję odpowiedzialny: Leon Kum.